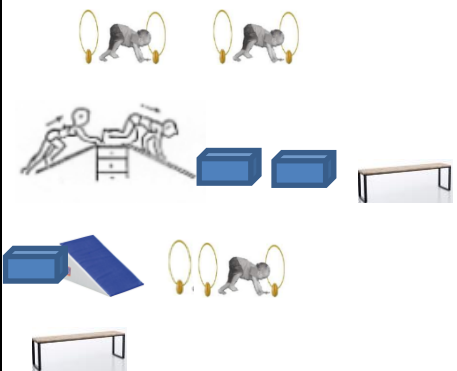



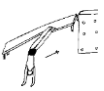

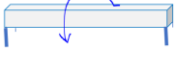



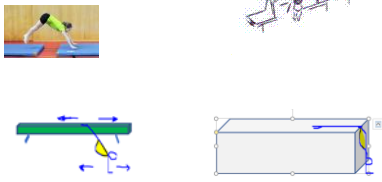

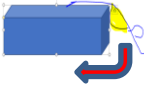
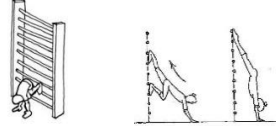
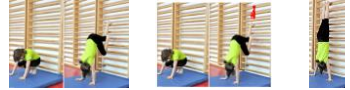



## SE RENSER

### Des propositions d'aménagement jusqu'à 4 ans

<span style="float: left;">→</span> <b>Sens du progrès</b> <span style="float: right;">→</span>		
<p><b>Au sol, ramper sur un plan incliné tête orientée vers le bas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se déplacer à quatre pattes en levant le bassin, en avant, en arrière.</li> <li>- Se déplacer à quatre pattes sur des blocs espacés.</li> <li>- Grimper et descendre à quatre pattes sur un plan incliné.</li> </ul> 	<p><b>Se déplacer en quadrupédie sur les deux bancs en parallèles (Un pied et une main sur chaque banc).</b></p>  <p><b>Faire des sauts de lapins (aller poser les mains loin des pieds et ramener les pieds près des mains).</b></p>  <p><b>Faire « la Brouette » (se tenir sur les mains, bras tendus et avancer lentement)</b></p>  <p><b>Se déplacer latéralement sur un plan ascendant.</b></p> 	<p><b>Se déplacer en quadrupédie en avant et en arrière sur des barres parallèles sans poser les genoux.</b></p>  <p><b>Franchir le banc en donnant une impulsion latérale et en groupant ses jambes.</b></p>  <p><b>Chercher à aligner son bassin au-dessus des épaules (placer son dos droit).</b></p>  <p><b>Se renverser et se déplacer latéralement sur un bloc, un banc ou une poutre en conservant un appui sur les mains.</b></p> 
<b>CE QUI EST ATTENDU</b>		
Enchaîner le déplacement quadrupédique sans poser les genoux.	Accepter de se renverser sans poser les genoux.	Chercher à aligner le bassin, les épaules et les poignets.
<b>EVALUATION</b>		
<b>Critère de réussite :</b> Se renverser et se déplacer, tête en bas et bassin au-dessus des mains.		

### Des propositions d'aménagement de 4 à 6 ans

<span style="float: left;">→</span> <b>Sens du progrès</b> <span style="float: right;">→</span>		
<p><b>Faire « la chandelle » redresser ses jambes à la verticale et se maintenir à l'aide des mains.</b></p>  <p><b>Enchaîner des sauts de lapins par-dessus la rivière</b></p> 	<p><b>Monter le bassin au-dessus des épaules</b></p>  <p><b>Se renverser en se déplaçant</b></p>  <p><b>Monter les pieds aux espaliers</b></p> 	<p><b>Vers l'équilibre</b></p> <p><b>Aller toucher avec ses pieds le foulard</b></p>  <p><b>Se suspendre en se renversant (cochon pendu)</b></p> 
<b>CE QUI EST ATTENDU</b>		
Chercher à aligner le bassin, les épaules et les poignets.	Construire l'alignement du corps en utilisant l'espalier ou le mur.	Coordonner la montée des pieds avec le déplacement des mains.
<b>EVALUATION</b>		
<b>Critère de réussite :</b> Maintenir une position de renversement au moins 5 secondes.		